

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA E DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO



O papel do apoio social
na percepção de auto-eficácia parental de mães separadas

Cláudia Sofia Lopes Correia

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA
Secção de Psicologia Clínica e da Saúde
Núcleo de Psicoterapia Cognitiva-Comportamental e Integrativa

2008

UNIVERSIDADE DE LISBOA
FACULDADE DE PSICOLOGIA E DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO



O papel do apoio social
na percepção de auto-eficácia parental de mães separadas

Cláudia Sofia Lopes Correia

Dissertação, orientada pela Prof^a Doutora Maria Helena Santos Afonso

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

Secção de Psicologia Clínica e da Saúde

Núcleo de Psicoterapia Cognitiva-Comportamental e Integrativa

2008

Resumo

A separação conjugal tem aumentado em Portugal, havendo actualmente cada vez mais mulheres com filhos a passarem por este processo. As alterações ao nível pessoal, social e familiar exigem destas mães uma reorganização que poderá ter efeitos ao nível das percepções de auto-eficácia parental. O apoio social poderá funcionar como um factor protector, ou por outro lado poderá ter efeitos negativos para as percepções de eficácia parental das mães.

O presente estudo exploratório tem, assim como objectivos gerais avaliar os níveis de auto-eficácia parental e explorar o papel do apoio social nas percepções de auto-eficácia parental de mães portuguesas separadas. A amostra deste estudo seria constituída por indivíduos do sexo feminino separados do parceiro no máximo há um ano e com pelo menos um filho com idade compreendida entre os 0 e os 6 anos. A informação necessária seria recolhida utilizando-se duas escalas, uma de auto-eficácia parental e uma de apoio social, adaptadas de escalas já existentes.

Espera-se com os resultados obtidos retirar implicações para a prática clínica em mães em processo de separação conjugal, assim como ajudar no aperfeiçoamento e elaboração de programas de educação parental.

Palavras-chave: separação conjugal, mães, auto-eficácia parental, apoio social.

Abstract

The marital separation has increased in Portugal, there are now more women with children passing through this process. The changes in personal, social and family of these mothers require a reorganization that could affect the level of perceptions of parental self-efficacy. The social support may act as a protective factor or on the other hand may have negative effects on the perceptions of parental efficacy of the mothers.

This exploratory study has as general objectives the assesment of parental self-efficacy and explore the role of social support on perceptions of parental self-efficacy of portuguese separeted mothers. The sample of this study would be made up of female individuals separated from the partner at most a year ago and with at least one child aged between 0 and 6 years. The necessary information would be collected using two scales, a parental self-efficacy and a social support, adapted from existing scales.

It is hoped with the results withdraw implications for clinical practice in mothers in the process of marital separation, as well as help in the improvement and development of programs for parental education.

Keywords: marital separation, mothers, parental self-efficacy, social support.

Índice

1. Introdução	2
2. Adaptação de mulheres com filhos à separação conjugal	5
2.1 Efeitos a nível parental	8
3. Auto-eficácia	9
3.1 Auto-eficácia parental	10
4. Apoio Social	12
4.1 Abordagem funcional	13
4.2 Apoio social após separação conjugal	14
4.3 Apoio social a nível parental	16
5. Apoio social e auto-eficácia	17
6. Objectivos	18
7. Metodologia	20
7.1 Selecção e obtenção da amostra	20
7.2 Instrumentos	20
7.3 Procedimentos	24
8. Plano de análise de resultados	26
9. Discussão e Conclusão	28
10. Referências bibliográficas	38

Anexos

1. Introdução

Nos últimos anos, tal como se tem verificado noutros países ocidentais, o número de divórcios tem aumentado em Portugal. Os dados revelados pelo Instituto Nacional de Estatística (INE) indicam que em 2007, ocorreram em Portugal 25 255 divórcios, mais 1320 do que em 2006 (INE, 2008). No entanto, uma vez que não existem dados oficiais relativos à separação de casais em união de facto, poderá pensar-se num valor superior de rupturas conjugais. Entre os casais que se separaram em 2005, 69% tinham filhos, sendo que 42,9% desses filhos tinham menos de 9 anos, 33,7% tinham entre 10 e 19 anos e 23,4% tinham mais de 20 anos (INE, 2007).

O aumento da aceitação social da separação conjugal e do divórcio leva a que, cada vez mais, estes processos sejam aceites como estando inseridos no ciclo de vida individual e familiar. Neste sentido, as investigações sobre o desenrolar e as consequências da separação/divórcio têm sido alargadas, havendo hoje não só uma preocupação em compreender quais os factores de risco mas também quais os factores que poderão proteger e favorecer na adaptação a esta transição de vida dos indivíduos e da família (e.g. Amato, 2000; Fine, Ganong & Demo, 2005; Kitson & Holmes, 1992a; Tein, Sandier & Zautra, 2000).

Apesar do processo de separação conjugal afectar, directa ou indirectamente, todos os envolvidos, a maioria da investigação tem-se focado nos efeitos deste processo no bem-estar dos filhos, o que se pode justificar pelo número crescente de crianças e jovens que todos os anos passam pela separação dos seus progenitores. No entanto, a literatura demonstra que o ajustamento dos filhos poderá estar dependente do impacto e da capacidade de reorganização dos pais, principalmente do progenitor com quem os filhos ficam a viver. Apesar do INE não revelar dados concretos sobre a atribuição da

guarda parental em Portugal, os censos de 2001 revelam que 10,0% dos núcleos monoparentais eram constituídos por mãe e respectivos filho(s) e apenas 1,6% eram constituídos por pai e filho(s). Tendo em conta esta realidade, é provável que as mães se sintam, após a separação conjugal, mais sobrecarregadas, o que poderá dificultar o seu ajustamento e, consequentemente, o ajustamento dos seus filhos a este processo.

A motivação por esta temática prende-se com a constatação, através da interacção com a população e da prática clínica, de que com frequência as mães separadas duvidam das suas capacidades para desempenharem adequadamente o papel parental. Embora exista alguma literatura sobre as práticas parentais das mães separadas, aparentemente nenhuma investigação abordou as percepções de competência parental destas mulheres. A maioria dos estudos sobre as percepções de auto-eficácia parental tem-se centrado em outras populações, nomeadamente, em mães casadas, mães com filhos doentes ou mães com filhos bebés, através dos quais se tem demonstrado a importância das percepções no desempenho parental e no ajustamento a diversas situações.

Neste sentido, o presente estudo tem como base a teoria da auto-eficácia de Bandura (1997) aplicada a um domínio específico, o da parentalidade. Pretendendo-se, aumentar a compreensão das percepções das mães separadas em relação ao seu desempenho parental. Assim, este estudo tem como objectivo geral explorar as percepções de auto-eficácia parental de mães com filhos dos 0 aos 6 anos, separadas há no máximo um ano.

Na literatura da separação conjugal, o apoio social é considerado uma das grandes mudanças para as mães. Para além disto, tem sido estudada a relação entre auto-eficácia e apoio social comprovando-se a influência mútua destes dois factores. Assim, neste estudo pretende-se também compreender o papel do apoio social na percepção de

auto-eficácia parental de mães separadas. Mais especificamente, pretende-se compreender qual o papel dos diferentes tipos e das diferentes fontes de apoio social, ao nível parental, para as percepções de auto-eficácia parental.

Julga-se que um conhecimento mais profundo sobre estas questões poderá ser útil para a prática clínica junto de mães em processo de separação conjugal e para a elaboração de programas de educação parental, facilitando, assim, o ajustamento destas mulheres à separação e evitando consequências nocivas para os filhos.

2. Adaptação de mulheres com filhos à separação conjugal

A separação conjugal foi encarada durante décadas como um acontecimento negativo e isolado, com consequências nocivas para toda a família (e.g. Fine, Ganong & Demo, 2005; Kitson, 1992a). Contudo, as investigações mais recentes nesta área têm demonstrado que a separação conjugal é um processo que começa quando o casal ainda vive junto e termina vários anos após o processo legal estar concluído (Amato, 2000; Booth & Amato, 2001). Ou seja, a insatisfação conjugal e o sofrimento associado a essa insatisfação podem desencadear o desejo de separação ou divórcio, o que poderá levar à separação física e, conseqüentemente, à necessidade de reorganização pessoal e familiar (Amato, 2000; Booth & Amato, 2001; Costa, 1994; Emery & Dillon, 1994; Kitson & Holmes, 1992a). Desta forma, a separação começou a ser vista como um processo dinâmico e complexo, com consequências negativas e positivas para toda a família. Assim, para além das dificuldades e problemas associados à separação conjugal passou-se a considerar, também as oportunidades de desenvolvimento que daí podem surgir. Neste sentido surgiram os modelos de risco e resiliência que procuram detectar quais os factores de risco e factores protectores associados ao ajustamento à separação conjugal (e.g. Amato, 2000; Booth & Amato, 2001; Fine, Ganong & Demo, 2005; Hetherington, 2003).

Vários factores de risco podem comprometer o processo de adaptação, nomeadamente uma relação conflituosa com o ex-cônjuge, alteração dos recursos económicos e alterações ao nível parental e de apoio social (Amato, 2000; Kitson & Holmes, 1992a; Tein, Sandier & Zautra, 2000). A capacidade de adaptação a estas mudanças parece depender dos recursos individuais ao nível cognitivo e emocional, dos relacionamentos interpessoais (apoio social) e recursos contextuais (como o emprego e

os serviços comunitários). A interrelação entre estes factores irá determinar o grau de ajustamento à separação conjugal, justificando assim a diversidade de resultados encontrados na literatura sobre os efeitos desta transição de vida (Amato, 2000; Fine, Ganong & Demo, 2005; Kitson & Holmes, 1992a).

O primeiro ano após a separação física parece ser o mais difícil e exigente, verificando-se um progressivo ajustamento após esse período (Hetherington, 1993; Kitson & Holmes, 1992a; Lorenz, Simons, Conger & Elder, 1997). Assim, embora a separação conjugal implique um processo de luto, a longo prazo poderão existir consequências positivas para os indivíduos podendo, inclusive, constituir-se como uma oportunidade de crescimento pessoal e de afirmação de autonomia (Kitson & Holmes, 1992a; Thoits, 1995).

As investigações sobre mulheres separadas ou divorciadas mostram consenso relativamente às principais consequências que este processo parece ter nas suas vidas. De acordo com a literatura, a separação conjugal provoca um aumento das dificuldades económicas uma vez que, em geral, as mulheres são pior remuneradas que os homens, as despesas não partilhadas aumentam e as ajudas financeiras do ex-cônjuge são, com frequência, irregulares. As mudanças no tamanho e na composição da rede de apoio social são igualmente evidentes, havendo uma diminuição da satisfação com o apoio social recebido comparativamente a mulheres casadas. As mulheres separadas parecem também apresentar mais alterações emocionais, níveis mais elevados de stress e uma diminuição da auto-estima (Amato, 2000; Fine, Ganong & Demo, 2005; Garvin, Kalter & Hansell, 1993; Lorenz, Simons, Conger & Elder, 1997; Tein, Sandier, & Zautra, 2000).

Estas dificuldades parecem ser exacerbadas quando existem filhos. A separação conjugal implica uma transição para o papel de mãe solteira que aumenta as

dificuldades e necessidades destas mulheres e, conseqüentemente, pode dificultar a sua adaptação à separação (Amato, 2000; Lorenz, Simons, Conger & Elder, 1997). Assim, o ajustamento das mães ao processo de separação parece depender do número, idade, sexo e comportamento dos filhos (Baum, 2003; Garvin, Kalter & Hansell, 1993; Kitson & Holmes, 1992a; Pagani, Boulerice, Tremblay & Vitaro, 1997).

Mais especificamente, os filhos parecem reagir de modo diferente à separação dos pais de acordo com o seu nível de desenvolvimento e sexo. As crianças com menos de seis anos de idade parecem apresentar mais problemas comportamentais após a separação conjugal e serem mais vulneráveis ao conflito interparental, dada a maior dependência dos pais. No entanto, a longo prazo, as crianças em idade escolar e os adolescentes poderão apresentar mais conseqüências negativas por terem estado expostas durante mais tempo ao conflito interparental e por se recordarem mais facilmente de todos os acontecimentos (Pagani, Boulerice, Tremblay & Vitaro, 1997; Silvanli-Ozen, 2005). Estas diferenças de reacções comportamentais por parte dos filhos podem justificar o facto de se verificar um melhor ajustamento em mães com filhos mais velhos (Baum, 2003). Relativamente ao sexo, os rapazes parecem apresentar mais problemas comportamentais em reacção à separação conjugal do que as raparigas que, normalmente, se mostram muito apoiantes para com as mães (Hetherington, 2003).

O desempenho parental das mães parece ser melhor quando existem filhos mais velhos que poderão ajudar nas tarefas parentais em relação aos filhos mais novos (Baum, 2003).

2.1 Efeitos a nível parental

A maioria dos estudos sobre a separação conjugal sugere uma diminuição do desempenho parental, sobretudo no primeiro ano, nomeadamente no que diz respeito ao tempo investido nas actividades parentais, às regras estabelecidas e ao apoio e supervisão proporcionado aos filhos. No entanto, poderá, por outro lado, verificar-se um aumento da disciplina e de práticas parentais mais rígidas (Hetherington, 1993; Lorenz, Simons, Conger & Elder, 1997; Thomson, McLanahan & Curtin, 1992). A capacidade de comunicação entre mães e filhos parece ser igualmente afectada pela separação conjugal, havendo um aumento do conflito entre ambos (Cooney, Hutchinson & Leather, 1995). Assim, a separação conjugal parece ter o potencial de afectar a eficácia destas mulheres enquanto mães (Hetherington, 1993; Thomson, McLanahan & Curtin, 1992).

Estes estudos têm sofrido algumas críticas na medida em que parecem salientar apenas os aspectos negativos da separação conjugal, não contemplando as práticas parentais positivas, e assumem que as alterações parentais tiveram início com a separação conjugal. Contudo, muitos dos problemas relativos à separação conjugal podem surgir antes desta acontecer, pelo que são necessárias comparações do antes e do depois da separação para que alguma conclusão possa ser retirada (Strohschein, 2007). Assim, de acordo com vários autores as responsabilidades parentais continuam a ser cumpridas após o processo de separação e as alterações que ocorrem não têm, necessariamente, que ser negativas para os filhos (Baum, 2003; DeGarmo & Forgatch, 1999; Strohschein, 2007). Neste sentido, poderá dizer-se que a capacidade parental das mães após a ruptura conjugal dependerá da presença de factores de risco e factores

protectores pessoais, familiares e sociais e da interacção entre eles (DeGarmo & Forgatch, 1999).

3. Auto-eficácia

Segundo Bandura (1997) as crenças que o indivíduo tem relativamente à sua capacidade para atingir determinados níveis de desempenho em tarefas específicas determinam o seu nível de auto-eficácia. As crenças de auto-eficácia desenvolvem-se e alteram-se em função do desempenho actual do sujeito, da observação do desempenho dos outros significativos (experiência vicariante), da persuasão social e das inferências que o próprio faz das suas reacções fisiológicas e emocionais.

A percepção de eficácia parece ter um papel chave no funcionamento humano uma vez que afecta directamente os comportamentos, sentimentos, escolhas, níveis de motivação, resiliência em relação às adversidades e vulnerabilidade ao stress do próprio indivíduo. Deste modo, as crenças de auto-eficácia orientam o comportamento, determinando as tentativas e o esforço realizado pelo sujeito para atingir determinado desempenho (Bandura, 1997).

A mudança comportamental, de acordo com Bandura (1997) depende das expectativas de resultado e das expectativas de eficácia pessoal. As expectativas quanto ao resultado consistem na crença que determinado comportamento conduzirá a uma consequência específica. Assim, são crenças sobre a consequência de um acto. As expectativas de eficácia referem-se às expectativas pessoais em relação à capacidade de realizar determinado comportamento desejado. Assim, não reflectem as competências pessoais, mas as crenças, os julgamentos e avaliações que o próprio faz sobre as

competências que possui para executar comportamentos específicos em situações específicas. Neste sentido, a auto-eficácia pode variar na mesma pessoa, de tarefa para tarefa.

De acordo com a literatura, um forte sentido de eficácia parece aumentar a auto-realização e o bem-estar do indivíduo num domínio específico. A confiança nas próprias capacidades permite que diferentes tarefas sejam vistas como desafios ultrapassáveis em vez de ameaças a serem evitadas. Assim, um sentido de eficácia elevado favorece a construção cognitiva das acções eficazes, e a percepção de acções eficazes fortalece as auto-percepções de eficácia. Por outro lado, os indivíduos que se auto-avaliam como ineficazes parecem visualizar com mais frequências cenários de insucesso e acentuar os aspectos negativos o que, por sua vez, prejudicará o seu desempenho. Assim, a auto-eficácia é conceptualmente analisada como dinâmica e susceptível de mudança em consequência de alterações das tarefas, de determinantes situacionais e do próprio processo de desenvolvimento individual (Bandura, 1997).

3.1 Auto-eficácia parental

A aplicação do modelo de Bandura ao domínio parental sugere que os pais necessitam de se sentirem eficazes nas tarefas parentais para sentirem que desempenham com sucesso esse papel. Neste sentido, as percepções que os pais têm sobre a sua própria competência parental são designadas de auto-eficácia parental e parecem estar significativamente relacionadas com a satisfação parental (Bandura, 1997; Coleman & Karraker, 1997; Erdwins, Buffardi, Casper & O'Brien, 2001; Teti & Gelfand, 1991). Esta, associada a conhecimentos específicos, parece ser o maior factor

na determinação dos comportamentos parentais, na persistência que os pais demonstram perante adversidades e nos mecanismos de *coping* utilizados (Bandura, 1997). No entanto, apesar de estas relações serem com frequência referenciadas como ocorrendo num sentido unidireccional tem-se demonstrado uma inter-relação entre auto-eficácia parental e práticas parentais (Bandura, 1997; Erdwins, Buffardi, Casper & O'Brien, 2001).

A investigação sobre a auto-eficácia parental não se tem empenhado em estudar esta variável em amostras de mães separadas ou divorciadas. Contudo, os estudos da auto-eficácia parental noutros contextos e com outras populações (por exemplo, mães adolescentes, mães com filhos com doenças crónicas e mães com dificuldades económicas) com características semelhantes às presentes na literatura da ruptura conjugal permitem compreender e recolher algumas informações referentes à relação entre auto-eficácia parental e outras variáveis relevantes no processo de separação.

As mães com baixa auto-eficácia parental apresentam mais risco de perturbação emocional, activando mais facilmente emoções negativas e preocupações em relação ao próprio indivíduo. Assim, tem-se confirmado que a auto-eficácia parental se encontra inversamente correlacionada com os sintomas depressivos dos pais (Bandura, 1997; Gondoli & Silverberg, 1997; Teti & Gelfand, 1991). Esta correlação surge devido ao impacto da depressão nas cognições, acentuando as auto-atribuições negativas e um sentimento generalizado de demérito (Jones & Prinz, 2005), o que interfere com o desempenho e competência parental (Gondoli & Silverberg, 1997; Teti & Gelfand, 1991).

Correlações significativas entre stress parental e auto-eficácia parental têm, também, sido verificadas sendo que o stress parental parece ser um preditor

significativo da auto-eficácia parental (Coleman & Karraker, 1997; Raikes & Thompson, 2005).

A relação entre recursos financeiros e percepções de auto-eficácia tem sido, também, confirmada por vários estudos (Brody, Flor & Gibson, 1999; Coleman & Karraker, 2000; Elder, Eccles & Lord, 1995). Mais especificamente, parece existir um impacto do stress económico nas percepções e comportamento parental, sendo que o apoio social e o tipo de estrutura familiar parecem modificar os efeitos da privação e pressão económica, moderando os seus efeitos adversos (Bandura, 1997; Elder, Eccles & Lord, 1995; Raikes & Thompson, 2005).

Assim, parece que as percepções de auto-eficácia parental são influenciadas pelo temperamento do(s) filho(s), carência de apoio social, depressão parental e problemas económicos.

4. Apoio Social

O conceito de apoio social reflecte o sentimento de ser amado, valorizado e aceite pela rede social (Sarason, Sarason & Pierce, 1994). Assim, a percepção de apoio social é uma apreciação subjectiva de que a rede social poderá fornecer ajuda eficaz em momentos de necessidade e poderá funcionar como um factor protector, reduzindo os efeitos negativos de situações desencadeadoras de stress (Lakey & Scoboria, 2005; Norris & Kaniasty, 1996; Sarason, Sarason, & Gurung, 1997).

A percepção de apoio social parece basear-se em representações comportamentais específicas, relativas ao self e aos outros significativos, armazenadas na memória. A ajuda espontânea fornecida pelos outros significativos, ou seja, o apoio

social recebido, parece estar também relacionado com as percepções de apoio social. Neste sentido as percepções de apoio dependem não só do apoio fornecido pelos outros mas também, das características pessoais do sujeito que recebe esse mesmo apoio (Lakey & Scoboria, 2005; Norris & Kaniasty, 1996; Sarason, Sarason & Pierce, 1994). Assim, o apoio social pode ter várias interpretações para pessoas diferentes, dependendo da sua personalidade, estilos cognitivos e da história social, o que condicionará a satisfação com o apoio recebido (Sarason, Sarason & Pierce, 1990).

Na literatura, o apoio social surge, com frequência mencionado como um factor protector. Contudo, o apoio social poderá ter um impacto positivo ou negativo no indivíduo, dependendo o tipo de apoio fornecido, de quem o fornece, de quem o recebe e em que contexto é recebido (Kitson & Holmes, 1992b; Wills & Shinar, 2000).

4.1 Abordagem funcional

O apoio social pode ser analisado a partir de uma perspectiva funcional que apela ao estudo dos diferentes componentes do apoio social, permitindo compreender melhor as necessidades de apoio de diferentes populações e os apoios mais relevantes para determinado tipo de problemas ou situações, detectando os vários efeitos dos diferentes tipos de apoio (Wills & Shinar, 2000).

De um modo geral a literatura aponta cinco tipos de apoio: a) apoio emocional, definido como a disponibilidade de uma ou mais pessoas ouvirem atenciosamente outra, transmitindo-lhe aprovação, cuidado e aceitação; b) apoio instrumental que envolve ajudas práticas, tais como transporte, cuidar das crianças, empréstimo de dinheiro; c) apoio informativo, dado através da transmissão de conhecimentos e aconselhamentos

úteis para a resolução de problemas e alterações comportamentais, d) disponibilidade dos outros para participarem em actividades sociais e de lazer (ex. viagens, festas, actividades culturais e recreativas) e e) apoio de validação, fornecido pelos relacionamentos sociais que providenciam informação sobre comportamentos apropriados e normativos. Contudo, é de salientar que os últimos dois tipos de apoio referidos têm sido os menos estudados nesta área (Wills & Shinar, 2000).

4.2 Apoio social após separação conjugal

O processo de separação conjugal é, frequentemente, acompanhado de alterações ao nível do apoio social, podendo ocorrer um afastamento e perda de apoio de alguns membros da família, do cônjuge e de amigos comuns ao casal (Amato, 2000; Garvin, Kalter & Hansell, 1993, Kitson, & Holmes, 1992b). Em geral, o apoio social tem sido estudado como um constructo global, no entanto, vários estudos têm procurado analisar os tipos e, pontualmente as fontes de apoio social. As discrepâncias na avaliação do apoio social não são visíveis nos resultados finais que, em geral se mostram bastante coerentes. Confirma-se a diminuição do apoio recebido após ruptura conjugal e a diminuição da satisfação com esse mesmo apoio. Assim, ao mesmo tempo que existe uma fragmentação da rede de apoio social em mulheres separadas, estas demonstram uma maior necessidade de assistência do que as mulheres casadas (Amato, 2000; Garvin, Kalter & Hansell, 1993; Kitson & Holmes, 1992b; Tein, Sandier, & Zautra, 2000). No entanto, aparentemente, poucas investigações têm sido conduzidas de modo a compreender a percepção de apoio social das mulheres separadas, pelo que são escassas

as informações relativas aos tipos e às fontes de apoio mais relevantes para esta população.

As consequências decorrentes do processo de separação conjugal e algumas conclusões de estudos realizados em populações de mulheres separadas demonstram necessidades que poderão ser colmatadas com o apoio social. O isolamento social, as dificuldades económicas, os problemas emocionais, a perda de confiança e auto-estima e as dificuldades de organização são exemplos de consequências negativas que poderão surgir com o processo de separação e que poderão ser diminuídas com os diferentes tipos de apoio social (Amato, 2000; Duran-Aydintug, 1998; Kitson & Holmes, 1992a; Kitson & Holmes, 1992b; Emery & Dillon, 1994). Contudo, os diferentes tipos de apoio parecem assumir uma importância diferente para o ajustamento e poderão ser positivos ou negativos em função do apoio prestado e de quem o fornece, ou seja, em função da fonte e do tipo de apoio. Por exemplo, o apoio em forma de aconselhamento tem consequências positivas apenas se for fornecido pelo ex-cônjuge ou pelo terapeuta. Assim, determinados tipos de apoio recebidos por determinadas pessoas podem funcionar como um reforço da sensação de incapacidade das mães, podendo levar à diminuição da auto-estima e das percepções de competência. O apoio social será um factor protector se providenciar ajuda mas, também se promover sentimentos que façam estas mulheres sentirem-se como membros activos e capazes (Kitson & Holmes, 1992b). Neste sentido, o apoio social poderá não ser percebido por quem o recebe como vantajoso, verificando-se que em determinados contextos alguns tipos ou fontes de apoio social poderão não funcionar como um factor protector (Campbell-Grossman, Hudson, Keating-Lefler & Fleck, 2005; Kitson & Holmes, 1992b; Raikes & Thompson, 2005).

4.3 Apoio social a nível parental

As dificuldades associadas à transição para o papel de mãe sozinha poderão dificultar o ajustamento ao processo de separação. Assim, as necessidades de apoio relacionado com os filhos salientam-se após ruptura conjugal (Amato, 2000; Garvin, Kalter & Hansell, 1993; Kitson & Holmes, 1992a).

Os estudos do apoio social em mulheres com filhos demonstram que as práticas parentais são afectadas quer pelo apoio social geral, quer pelo apoio ao nível das responsabilidades parentais. No entanto, o apoio social está directamente relacionado com a parentalidade, enquanto que o apoio social geral está indirectamente relacionado com as práticas parentais através do bem-estar ou sofrimento psicológico dos pais (Belski, 1984; Bonds, Gondoli, Sturge-Apple & Salem, 2002; Simons & Johnson, 1996).

Em relação a quem dá esse mesmo apoio, o apoio do cônjuge parece ser o mais relevante para a parentalidade, no entanto quando ausente ou diminuído, a rede social pode adoptar um papel mais importante, na medida em que, provavelmente, passará a ser a principal fonte de apoio social (DeGarmo, & Forgatch, 1999; Simons & Johnson, 1996; Simons, Lorenz, Wu, & Conger, 1993).

5. Apoio social e auto-eficácia

Na teoria de auto-eficácia, Bandura (1997) salienta a relevância da persuasão social e do desempenho dos outros significativos na percepção de auto-eficácia. Para além disto, o apoio prestado pelos outros poderá ter consequências ao nível da auto-eficácia na medida em que afecta a percepção que o próprio tem relativamente à sua capacidade para desempenhar determinada tarefa (Erdwins, Buffardi, Casper & O'Brien, 2001; Kitson & Holmes, 1992b; Sarason, Sarason & Pierce, 1994).

O apoio social pode também ser influenciado pela auto-eficácia devido ao impacto que esta tem no estado emocional e nas avaliações que as pessoas fazem do próprio meio (Bandura, 1997; Sarason, Sarason & Pierce, 1994; Teti, & Gelfand, 1991).

A relação entre apoio social e auto-eficácia parental tem sido estudada em algumas populações, tendo-se verificado que o apoio social se encontra relacionado com o comportamento parental, sendo esta relação mediada pelas percepções de competência (Coleman & Karraker, 1997; Coleman & Karraker, 2003; Teti & Gelfand, 1991). Para além disto, confirma-se que o apoio social exerce uma função protectora ao diminuir a probabilidade de emoções negativas, o que tem repercussões na parentalidade (Simons, Lorenz, Wu & Conger, 1993) e consequentemente, nas percepções de eficácia parental. Desta forma a carência de apoio social encontra-se também relacionada com a auto-eficácia parental (Bandura, 1997; Erdwins, Buffardi, Casper & O'Brien, 2001; Teti & Gelfand, 1991).

6. Objectivos

A revisão de literatura demonstra que factores como o comportamento do(s) filho(s), o apoio social, alterações emocionais e dificuldades económicas poderão causar alterações nas percepções de auto-eficácia parental das mães. As mães em processo de separação poderão passar por mudanças a estes níveis o que poderá dificultar o ajustamento a este processo e, consequentemente o ajustamento dos filhos. Assim parece pertinente a necessidade de se compreender mais sobre as percepções de auto-eficácia de mães separadas.

O apoio social parece estar significativamente relacionado com a auto-eficácia parental. Mais especificamente, a rede social poderá fornecer o apoio necessário ao nível parental para que as mães se sintam competentes no seu papel parental ou, por outro lado, pode influenciar negativamente as percepções de auto-eficácia ao reafirmar as dificuldades sentidas pela mãe no desempenho das suas funções parentais. Neste sentido, parece relevante compreender melhor o papel do apoio social nas percepções de auto-eficácia parental. Mais especificamente, o papel do apoio ao nível parental, uma vez que tem sido demonstrada uma maior importância das ajudas ao nível parental para o desempenho deste papel.

Dada a aparente inexistência de estudos da auto-eficácia parental e do apoio social ao nível parental em mães separadas, este estudo será de natureza exploratória e tem como objectivos:

- a) Avaliar os níveis de auto-eficácia parental em mães separadas;
- b) Explorar o papel do apoio social nas percepções de auto-eficácia parental;

- c) Perceber se os diferentes tipos de apoio social (instrumental, informativo e emocional) são preditores significativos da auto-eficácia parental de mães separadas;
- d) Perceber qual a fonte (família, família do ex-cônjuge, amigos e ex-cônjuge) de apoio social mais importante em cada tipo de apoio;
- c) Explorar o papel das variáveis demográficas nas percepções de auto-eficácia parental.

A importância demonstrada na literatura do poder económico das mães para a auto-eficácia e das características dos filhos, nomeadamente a idade, sexo e número de filhos levou à inclusão destas variáveis demográficas. Outras variáveis não estudadas na literatura da auto-eficácia parental foram, também seleccionadas pois podem estar relacionadas com estas percepções, nomeadamente a idade e escolaridade das mães e duração da separação conjugal.

7. Metodologia

7.1 Selecção e obtenção da amostra

A amostra deste estudo seria constituída por indivíduos do sexo feminino, sendo a duração da separação física do parceiro igual ou inferior a um ano. Estas mulheres teriam, ainda de ter pelo menos um filho com idade compreendida entre os 0 e os 6 anos.

Seriam excluídas da amostra mulheres que já tivessem passado por um outro processo de separação conjugal com filhos e mulheres que já tivessem uma nova relação de vivência conjugal, pois a transição de vida seria diferente da pretendida, o que poderia enviesar os resultados.

Os participantes seriam obtidos por intermédio de creches e jardins-de-infância, visto que as idades das crianças que frequentam estes estabelecimentos coincidem com as necessárias. A solicitação para a participação neste estudo poderá ser, também realizada pelo processo de referências múltiplas de pessoas que já estariam nas condições pretendidas.

7.2 Instrumentos

Tendo em conta os objectivos propostos serão recolhidos alguns dados demograficos e serão utilizadas duas escalas, uma de avaliação da auto-eficácia parental e uma de apoio social.

Dados demográficos

A caracterização da amostra seria realizada através da recolha de alguns dados demográficos, nomeadamente a idade da participante, nível de escolaridade, salário líquido mensal, duração da separação conjugal, e idade, sexo e número de filhos.

Auto-eficácia parental

A auto-eficácia parental seria avaliada utilizando o instrumento *The Self-efficacy for Parenting Tasks Index – Toddler Scale* (Coleman & Karraker, 2003), criado para avaliar a auto-eficácia parental em mães com filhos bebés.

Esta escala avalia a auto-eficácia de forma coerente com a teoria de Bandura, ou seja utiliza itens que são percepções das mães em relação ao seu desempenho parental, em situações específicas. Os 53 itens que constituem esta escala dividem-se por sete categorias: 1) disponibilidade emocional, “*Quando o meu filho(a) precisa de mim, sou capaz de colocar de parte qualquer outra coisa para estar com ele*”; 2) responsividade empática, “*Sou capaz de perceber quando o meu filho(a) começa a ficar angustiado*”; 3) protecção, “*Oferecer um ambiente seguro e livre de perigos ao meu filho(a) é difícil para mim*”; 4) disciplina e estabelecimentos de limites, “*Tenho dificuldade em fazer com que o meu filho(a) me ouça*”; 5) brincar, “*Consigo sempre pensar em alguma coisa para brincar com o meu filho(a)*”; 6) ensinar, “*O meu filho(a) aprende mais através de mim do que qualquer outra pessoa da vida dele(a)*”; 7) cuidados práticos, “*Sou capaz de oferecer ao meu filho(a) uma boa organização diária*”. Cada item divide-se por uma escala de Likert de seis pontos, em que as possibilidades de resposta oscilam entre “concordo totalmente” e “discordo totalmente”.

Esta escala apresenta boas características psicométricas relativas à análise da escala no seu todo, o que é o pretendido neste estudo. Desta forma, demonstra-se uma elevada consistência interna com um alpha de Croanbach de 0.91.

Outra característica importante desta escala, que levou à sua selecção, é o facto de, apesar de ser criada para avaliação de pais com filhos bebés o conteúdo dos itens permitir o alargamento desta faixa etária, nomeadamente para os 6 anos de idade.

Apoio social

O apoio ao nível parental seria avaliado com uma escala adaptada do instrumento *Parenting Support From Family and Friends* (Bonds, Gondoli, Sturge-Apple & Salem, 2002). Esta escala foi desenvolvida para avaliar o apoio ao nível parental fornecido por amigos e familiares às mães, uma vez que não existiam outras escalas de apoio social. Os 38 itens podem ser utilizados para se obter um resultado global de apoio social. Estes itens dividem-se, ainda por quatro sub-escalas: apoio prático, apoio informativo, apoio emocional e apoio expressivo. Cada item divide-se por uma escala de Likert de 4 pontos, em que 1 corresponde ao “concordo totalmente”, 2 ao “concordo”, 3 ao “discordo” e 4 ao “discordo totalmente”.

Para a população em que esta escala foi testada, mulheres casadas, esta apresenta boas características psicométricas, demonstrando uma consistência interna para o total de itens de 0.94. Especificamente, para os quatro tipos de apoio avaliados a consistência é de 0.68 para o apoio prático, 0.77 para o apoio informativo, 0.89 para o apoio emocional e 0.90 para o apoio expressivo.

Os objectivos propostos no presente estudo levaram à necessidade de uma adaptação desta escala. Na literatura do apoio social três tipos de apoio são considerados os mais importantes, o apoio prático ou instrumental, o apoio informativo e o apoio

emocional. Estes três tipos de apoio são, também os mais referidos na literatura da separação conjugal. Estas evidências em simultâneo com a não compreensão do conteúdo dos itens do apoio expressivo, nomeadamente quais as diferenças destes itens em relação aos do apoio emocional, fizeram com que esta sub-escala fosse retirada. Para além disto, foram aumentadas as fontes de apoio social para além das sugeridas pelos autores. A família após separação divide-se em dois agregados, logo surgem duas fontes de apoio diferentes, a da família e da família do ex-cônjuge. Apesar de com frequência existir uma diminuição do número de amigos, o apoio que poderão proporcionar deverá ser relevante, logo continua-se a considerar esta fonte. Acrescentou-se uma fonte de apoio específica, a do ex-cônjuge, uma vez que é considerado o apoio mais relevante para a parentalidade (DeGarmo & Forgatch, 1999; Simons & Johnson, 1996; Simons, Lorenz, Wu & Conger, 1993). O aumento das fontes de apoio fez com que os itens fossem reformulados e apresentados de forma diferente para que cada item possa ser respondido para as quatro fontes de apoio. Por exemplo, o item “*Se precisar os elementos da minha família vão buscar o meu filho à escola*” foi substituído pelo item “*Se precisar vai/vão buscar o meu filho à escola*”.

Assim, o apoio social ao nível parental seria avaliado com uma escala de 16 itens, divididos em três sub-escalas: 1) apoio instrumental, “*Se precisar vai/vão buscar o meu filho à escola*”; 2) apoio informativo, “*Recebo boas ideias sobre as práticas parentais/parentalidade*”; 3) apoio emocional, “*Diz-me/dizem-me que faço um bom trabalho como mãe*”. Para cada item as participantes teriam de responder numa escala de Likert de 4 pontos, tal como a escala original. Contudo, teriam de responder para as quatro fontes de apoio: família, família do ex-cônjuge, amigos e ex-cônjuge.

7.3 Procedimentos

Para que um maior número de instituições fossem contactadas seria solicitado à Direcção Regional de Educação de Lisboa e Vale do Tejo uma lista de creches e infantários existentes na zona de Lisboa. Contactar-se-iam essas mesmas creches e jardins-de-infância por intermédio da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Lisboa, explicando os objectivos do estudo e avaliando a possibilidade de ser entregue uma carta fechada a todas as mães onde se explicaria os objectivos e utilidade do estudo e os critérios de selecção dos participantes. Concretamente seria explicado que se pretendia com este estudo compreender se as mães separadas se sentem competentes no papel parental e se se sentem apoiadas, demonstrando-se a importância da participação no estudo para um aumento e melhoramento do apoio prestado às mães separadas. A confidencialidade da informação fornecida seria também garantida. Uma vez que esta carta seria entregue a todas as mães, no final dos critérios de selecção teria de se referir que caso não preencha os critérios não poderá participar no estudo, agradecendo a atenção prestada.

Nessa mesma carta estaria um contacto telefónico e de email, caso a pessoa quisesse obter mais informações acerca do estudo e quisesse ter acesso ao questionário em papel. Também seria fornecido um endereço electrónico onde todas as informações sobre o estudo e o questionário estariam disponíveis. Na carta seria, também pedido às mães que transmitissem estas informações a outras pessoas que conhecessem e cumprissem os requisitos, mesmo que elas não os cumprissem. Assim, por referências múltiplas conseguir-se-ia aumentar o número da amostra.

As respostas ao questionário em papel deveriam ser entregues na creche ou jardim-de-infância fechadas num envelope dado aquando da entrega do questionário. A

entrega quer do questionário quer da resposta poderia ser realizada noutro local, combinado antecipadamente com a participante.

Após aplicação do questionário seriam analisadas as características psicométricas da escala de auto-eficácia parental e da escala de apoio social, no sentido de as validar para a amostra em estudo.

8. Plano de análise de resultados

O grau de auto-eficácia parental da amostra seria avaliado através da análise do nível médio.

A relação entre o nível de escolaridade (1º ciclo, 2º ciclo, 3º ciclo, secundário ou superior) e a auto-eficácia parental seria avaliada através de uma ANOVA a um factor. As restantes variáveis demográficas, à excepção do sexo dos filhos que seria analisado através de um teste t de comparação de amostras independentes, seriam analisadas utilizando o coeficiente de correlação de Pearson.

A relação entre auto-eficácia parental e apoio social seria analisada através de uma regressão linear simples.

De seguida, seria analisada a relação entre cada variável independente, ou seja os diferentes tipos de apoio social, e a variável dependente (auto-eficácia parental). Para perceber qual o poder preditor de cada variável independente separadamente seriam realizadas regressões lineares simples.

Numa tentativa de compreender se os três tipos de apoio social no seu conjunto serão melhores preditores da auto-eficácia parental do que cada tipo separadamente, seria utilizada a regressão linear múltipla.

Com base na mediana seriam, também criados dois grupos dentro da amostra, um com baixos valores de auto-eficácia parental e outro com valores altos. Posteriormente, através dos valores médios de cada tipo de apoio social, seriam analisadas as diferenças de apoio nos dois grupos.

A nível exploratório seriam, ainda analisadas as diferentes fontes de apoio social (família do ex-cônjuge, família, amigos e ex-cônjuge) no sentido de se compreender

qual a fonte de apoio mais importante em cada tipo de apoio. Para esta análise seria utilizada uma ANOVA de medidas repetidas.

9. Discussão e Conclusão

De acordo com a literatura a separação conjugal exige uma capacidade de reorganização das mães após a separação e poderá desencadear, por exemplo comportamentos problemáticos nos filhos, alterações de práticas parentais e problemas económicos para as mães. Assim, a obtenção de um nível médio ou alto da auto-eficácia parental em mães portuguesas separadas ou divorciadas poderia dever-se à não ocorrência dessas alterações ou, algumas dessas alterações poderiam ter surgido mas não com consequência ao nível das percepções de auto-eficácia parental desta amostra. Este resultado poderia também querer dizer que as mães apresentam uma boa capacidade de ajustamento e, consequentemente mesmo com os efeitos que poderiam ter surgido do processo de separação, conseguiriam manter ou até aumentar as percepções que têm em relação às suas capacidades e ao seu desempenho parental.

A verificação de que as percepções de eficácia das mães não se alteram ou, até melhoram após separação conjugal confirmaria o que vários estudos já demonstraram, que a separação conjugal não tem apenas implicações negativas para as mulheres, podendo até ser encarada por estas como uma oportunidade, neste caso de desenvolvimento do sentido de competência parental.

Em termos práticos, este resultado poderia querer dizer que os programas de treino parental com mães separadas não necessitariam de promover o aumento das percepções de auto-eficácia. Contudo, estas mães poderiam precisar de frequentar estes programas, uma vez que uma auto-eficácia alta não pressupõe práticas parentais adequadas. Assim, uma boa auto-eficácia das mães poderia ter implicações positivas para esta, ajudando-a no ajustamento mas por outro lado poderia ter implicações negativas para os filhos pois as mães poderiam não alterar o seu comportamento

parental por não o perceberem como inadequado. Neste sentido, com a obtenção de uma auto-eficácia parental média ou alta poderia pensar-se na necessidade de se avaliarem as práticas parentais destas mães para se verificar se são adequadas. Caso se demonstrasse que as mães têm um desempenho parental inadequado, estas mães deveriam frequentar programas de treino parental. De salientar que nestes casos, as mães deveriam ser alertadas para a necessidade de frequentarem os programas através dos filhos e não apelando para as dificuldades que estas poderiam sentir após ruptura conjugal, uma vez que elas não deveriam sentir essas necessidades.

Os efeitos do processo de separação conjugal parecem depender dos recursos que as mães têm. Neste caso, as percepções em relação ao apoio social que recebem. Assim, caso se obtivesse o apoio social ao nível parental como preditor significativo positivo quereria dizer que este apoio explicaria em parte os resultados obtidos ao nível das percepções de auto-eficácia parental. As mães, sentir-se-iam apoiadas nas práticas parentais e estas ajudas teriam repercussões positivas nas percepções de auto-eficácia parental.

A verificação de qualquer um dos três tipos de apoio como sendo preditores significativos positivos da auto-eficácia parental poderia querer dizer que as mães presentes na amostra se sentiriam apoiadas e que cada um desse tipos de apoio social explicaria, em parte, os níveis de auto-eficácia parental obtidos. Assim se o apoio emocional fosse um preditor significativo positivo da auto-eficácia, quando esta se apresenta no nível médio ou alto, poderia querer dizer que as mães se sentem, por exemplo ouvidas em relação às suas preocupações parentais, e que recebem aprovação e aceitação das outras pessoas. Relativamente ao apoio instrumental, este quereria dizer que provavelmente as mães recebem ajudas práticas em relação aos filhos sempre que necessitam. O apoio informativo como preditor significativo positivo da auto-eficácia

parental poderia querer dizer que as mães admitem receber conselhos e conhecimentos em relação ao desempenho parental e que estes teriam repercussões positivas para a auto-eficácia.

A obtenção destes resultados no apoio social quereria dizer que, mesmo que a rede de apoio social se tivesse alterado após separação, as mães perceberiam o apoio que recebem ao nível parental como satisfatório. De tal forma que este apoio explicaria em parte os níveis médios ou altos da auto-eficácia parental.

No caso do apoio social se revelar um preditor significativo negativo da auto-eficácia parental, isso poderia ser explicado pelo facto das mães não se sentirem apoiadas no desempenho das tarefas parentais. Mais especificamente, o recurso apoio social não estaria a funcionar como factor protector, não demonstrando implicações positivas para as percepções de auto-eficácia das mães presentes na amostra. As mães, neste caso poderiam ter outros recursos com implicações positivas que não foram avaliados, tais como os recursos emocionais, cognitivos e contextuais que poderiam justificar um nível médio ou alto de auto-eficácia parental.

Cada um dos três tipos de apoio social poderia ser um preditor significativo negativo da auto-eficácia parental, ou seja estas mães, que provavelmente sofreram uma alteração na sua rede de apoio social, não se sentiriam apoiadas ao nível parental, nomeadamente nos vários tipos de apoio que a rede social lhe poderia proporcionar. Para além disso, demonstraria que aparentemente os diferentes tipos de apoio social não são recursos positivos para a auto-eficácia parental destas mulheres, o que levaria a diminuir a importância dada ao apoio social em mães separadas.

A obtenção de um nível baixo de auto-eficácia parental poderia ser justificado por várias razões, contrárias às apresentadas caso os níveis de auto-eficácia fossem médios ou altos. Assim, poder-se-ia entender uma média baixa de auto-eficácia na

amostra de mães portuguesas separadas ou divorciadas como consequência dos possíveis efeitos do processo de separação conjugal. O conflito com o ex-cônjuge, as alterações nas práticas parentais, as dificuldades em reorganizar tarefas e as alterações comportamentais dos filhos são exemplos de consequência que poderiam existir e que, por sua vez poderiam ter um impacto negativo nas percepções de auto-eficácia parental.

Estes resultados demonstrariam que seria importante que as mães separadas fossem encaminhadas para programas de educação parental pois, o seu desempenho parental poderia ter-se alterado. Caso estas alterações existissem o ajustamento das mães ao processo de separação poderia ser dificultado e poderia ter consequências negativas para o bem-estar dos filhos. Mesmo que o desempenho parental não se tivesse alterado, este resultado demonstraria a necessidade de se incluírem nos programas de educação parental tarefas que promovam o aumento da auto-eficácia parental, quer por melhoramento das práticas parentais quer pelo reafirmar das boas práticas parentais já exercidas pelas mães. Poderiam, por exemplo introduzir-se nestes programas aprendizagens de como lidar com os comportamentos problemáticos dos filhos e antecipar estratégias para os resolver.

Um resultado baixo da auto-eficácia parental poderia querer dizer que os factores de risco presentes no processo de separação poderiam estar mais evidentes para estas mulheres do que os factores protectores. Poder-se-ia afirmar com mais certeza isto, caso se obtivesse que o apoio social é um preditor significativo positivo da auto-eficácia parental. Neste caso, quererá dizer que em termos de recursos interpessoais, estas mães não percepcionariam o apoio social que recebem como satisfatório. Tal como se verifica na literatura da separação conjugal o apoio social poderia estar diminuído após ruptura conjugal.

Relativamente aos tipos de apoio social, se fosse verificado que são preditores significativos positivos da auto-eficácia parental poderia dizer-se que as mães separadas não se sentem apoiadas de nenhuma forma. Esta falta de apoio sentida pelas mães teria um impacto negativo nas percepções de auto-eficácia parental. Neste sentido, o cuidado e a atenção, as ajudas práticas e o aconselhamento ao nível parental seriam percebidos pelas mães presentes na amostra como ajudas inexistentes ou insuficientes. Estes resultados demonstrariam que o aumento das ajudas ao nível do apoio poderia ser essencial para o melhoramento das percepções de eficácia parental. Assim, poderia ajudar-se as mães a usufruírem mais do apoio que recebem, mesmo que seja diminuto, de forma a aumentarem a satisfação com esse mesmo apoio.

Por outro lado, se o apoio social fosse um preditor significativo negativo, poder-se-ia pensar que o apoio estaria a ser recebido mas a ter um impacto negativo nas percepções de auto-eficácia parental. O mesmo poderia estar a acontecer caso se obtivesse os diferentes tipos de apoio como preditores significativos negativos. Estes resultados poderiam ser justificados pelo facto de o apoio fornecido pelos outros estar a reforçar as baixas percepções de auto-eficácia parental. Assim, o apoio fornecido pelos outros poderia ser sentido pelas mães como uma confirmação das suas dificuldades e incapacidades. Neste caso nos programas de treino parental e em termos clínicos poder-se-ia ajudar as mães a terem um papel mais activo no desempenho parental, equilibrando entre o apoio que recebem, positivo para as percepções de auto-eficácia parental, e o apoio que poderia reforçar a sensação de incompetência e incapacidade das mães. Se apenas um ou dois tipos de apoio fossem preditores significativos negativos, deveria focar-se a atenção nas ajudas que as mães recebem desses tipos de apoio.

A interpretação das diferenças nos resultados obtidos após separação da amostra em dois grupos, um com baixos valores de auto-eficácia parental e outro com valores

altos, é semelhante à realizada acima. Logo, com a mesma amostra seria possível perceber algumas diferenças ao nível do apoio social em mães com auto-eficácia baixa ou alta.

As escassas informações presentes na literatura em relação às fontes de apoio social, nomeadamente a família, a família do ex-cônjuge, os amigos e o ex-cônjuge, e a não existência de resultados dificultam a discussão acerca deste objectivo. Contudo, seria de esperar que em nenhum dos tipos de apoio a família do ex-cônjuge fosse considerada a fonte de apoio mais importante, pois o afastamento familiar dificultaria o apoio prestado por estas pessoas.

A aproximação à família de origem, muitas vezes com o regresso à casa dos pais poderia fazer com que esta fonte de apoio fosse das mais significativas para as mães. No entanto, por exemplo em termos de apoio emocional seria de esperar que os amigos também pudessem ser a principal fonte de apoio. Caso a principal fonte de apoio fosse o parceiro, poder-se-iam esperar mais dificuldades de ajustamento das mães, pela dependência emocional que ainda apresentavam, mesmo que essa dependência fosse referente ao desempenho parental. Assim, em relação ao apoio emocional seria de esperar que a principal fonte de apoio fosse a família de origem ou os amigos.

Em relação ao apoio instrumental, seria provável que a família ou o ex-cônjuge fosse a principal fonte de apoio, uma vez que as ajudas práticas provavelmente seriam prestadas por quem também tem responsabilidades em relação ao filho e pelos familiares mais próximos à mãe.

O regresso à casa dos pais poderia fazer com que o aconselhamento em relação ao desempenho parental fosse fornecido pela família, uma vez que seria esta que acompanharia de perto o desempenho e as dificuldades das mães. Esta fonte de apoio poderia ser bastante positiva pela proximidade e ajuda directa prestada à mãe. Por outro

lado, essa extrema proximidade poderia ser uma ajuda excessiva, com consequências negativas para as percepções de eficácia da mãe. Na rede de amigos poderiam existir outras mães separadas com filhos, que poderiam ser as principais fontes de aconselhamento.

A articulação destes dados com os níveis de auto-eficácia parental obtidos dariam mais informações e justificações para os resultados obtidos, contudo o mais importante seria perceber que nos programas de educação parental e na prática clínica se deve ajudar as mães a utilizarem o apoio social ao nível parental. Por exemplo, as mães deveriam equilibrar a recepção do apoio social, ou seja deveriam aceitar ajuda em algumas tarefas e não noutras, não deixando que os outros assumissem a grande maioria das tarefas parentais. Para além disso, deveriam usufruir do apoio em função de quem o fornece e do tipo de apoio que fornece. Uma vez que, em qualquer um dos casos, uma má utilização do apoio social poderia não ter um impacto positivo ao nível das percepções de auto-eficácia parental. Este alerta poderia, também ser importante para as pessoas que fazem os programas de apoio social, pois os conhecimentos transmitidos poderiam ter de ser pensados no sentido de não terem um impacto negativo na auto-eficácia parental.

Relativamente às variáveis demográficas, a verificação de que a idade das mães estaria relacionada com os níveis de eficácia poderia indicar as idades que, provavelmente, apresentariam mais necessidade de intervenção ao nível das percepções de auto-eficácia parental.

A variável nível de escolaridade pressupõe que as mães que apresentam níveis mais altos de escolaridade tenham mais acesso a informações relativas a um desempenho parental adequado, estando mais alerta para as mudanças e reajustamentos necessários, principalmente em relação ao desempenho parental. Caso se verificassem

diferenças em função da escolaridade, poderia querer dizer que os profissionais desta área se deveriam centrar mais num determinado grupo de mulheres, em função do grau de escolaridade que as mães apresentassem.

O factor económico é referenciado na literatura como estando relacionado com as percepções de auto-eficácia das mães, logo a confirmação desta relação poderia ajudar na selecção da população que deveria ter mais ajudas profissionais. O mesmo aconteceria caso se verificassem diferenças em função do tempo que passou após separação conjugal (até no máximo um ano).

Caso se verificassem diferenças em relação a existirem filhos do sexo masculino ou feminino, dever-se-ia tentar recolher mais informações que permitissem fundamentar estas diferenças, uma vez que este resultado evidenciaria a necessidade de nas ajudas prestadas às mães existirem diferenciações de comportamento em função do sexo e do comportamento dos filhos. As diferenças poderiam estar relacionadas com a forma como os filhos reagem à separação dos pais.

A idade dos filhos poderia estar relacionada com as percepções de eficácia da mãe. Caso se verificassem diferenças os profissionais que lidam com estas mulheres poderiam centrar a sua atenção na população com filhos com determinada idade, entre os 0 os 6 anos.

Em mães com mais do que um filho poder-se-ia verificar uma relação positiva com a auto-eficácia parental quando o segundo filho fosse mais velho, e por isso, provavelmente mais independente e com mais capacidades de dar apoio à mãe. A obtenção deste resultado poderia ser importante para os programas de educação parental, uma vez que poder-se-ia ajudar as mães a aproveitarem, de forma adequada, a ajuda destes filhos. Contudo, este resultado poderia não se verificar, confirmando que a existência de um filho mais velho seria uma sobrecarga de responsabilidades parentais

para estas mães. Nestes casos, as mães com mais do que um filho poderiam ser uma população com maiores probabilidades de uma auto-eficácia parental baixa. Pela literatura, seria também de esperar níveis baixos de auto-eficácia parental se existisse mais do que um filho com menos de 6 anos de idade, pois as responsabilidades e as dificuldades inerentes aos filhos dos 0 aos 6 anos duplicariam.

Para além das variáveis que foram sendo referidas e que ajudariam a melhorar a compreensão dos diferentes resultados, algumas limitações podem ser apontadas. Neste caso, as mais evidentes prendem-se com a restrição da idade dos filhos e do tempo após a separação conjugal. No presente estudo, a dificuldade de criar um questionário de auto-eficácia parental adaptável a várias idades levou à necessidade de se estabelecer um limite de idade, no entanto seria importante em estudos posteriores que a idade dos filhos fosse alargada. No futuro, poder-se-á, também alargar a data após a separação física no sentido de se compreender melhor as alterações da auto-eficácia parental ao longo do tempo.

Em termos teóricos, este estudo permitiria aumentar o conhecimento relativamente à auto-eficácia parental de mães separadas, população onde essa variável aparentemente nunca foi estudada. Por outro lado, o apoio social é frequentemente referenciado na literatura da separação conjugal. Contudo, o seu estudo centra-se essencialmente na confirmação de alterações ao nível da rede de apoio social após ruptura conjugal. Este estudo permitiria aumentar a compreensão desta variável, especificamente o apoio social ao nível parental após separação conjugal. Permitiria, também compreender o papel do apoio social nas percepções da auto-eficácia parental.

Em termos práticos este estudo permitiria compreender melhor como as mulheres separadas se sentem relativamente à capacidade de desempenharem eficazmente as suas tarefas parentais e o modo como os diferentes tipo de apoio se

relacionam com as percepções de eficácia. Assim, este estudo permitira retirar implicações para a prática clínica individual e grupal, especificamente no aperfeiçoamento e elaboração de programas de educação parental para mães separadas. As conclusões retiradas ajudariam a criar programas mais adaptados às necessidades desta população, no sentido de promover um melhor ajustamento para as mães em processo de separação e, indirectamente promover um melhor ajustamento dos filhos.

10. Referências bibliográficas

- Amato, P. R. (2000). The Consequences of Divorce for Adults and Children. *Journal of Marriage and the Family*, 62(4), 1269-1287.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The exercise of Control*. New York: W. H. Freeman and Company.
- Baum, N. (2003) Divorce Process variables and the co-parental relationship and Parental Role Fulfillment of Divorced Parents. *Family Process*, 42(1), 117-131.
- Belsky, J. (1984). The Determinants of Parenting: A Process Model. *Child Development*, 55, 83-96.
- Bonds, D. D., Gondoli, D. M., Sturge-Apple, M. L., & Salem, L., N. (2002). Parenting Stress as a Mediator of the Relation Between Parenting Support and Optimal Parenting. *Parenting: Science and Practice*, 2(4), 409-435
- Booth, A. & Amato, P. (2001). Parental Predivorce relations and offspring postdivorce well-being. *Journal of Marriage and Family*, 63(1), 197-212.
- Brody, G. H, Flor, D. L., & Gibson, N. M. (1999). Linking Maternal Efficacy Beliefs, Developmental Goals, Parenting Practices, and Child Competence in Rural Single-Parent African American Families. *Child Development*, 70(5), 1197-1128.
- Campbell-Grossman, C., Hudson, D. B., Keating-Lefler, R., & Fleck, M. O. (2005). Community Leaders' Perceptions of Single, Low-Income Mothers' Needs and Concerns for Social Support. *Journal of community health nursing*, 22(4), 241–257.
- Coleman, P. K., Karraker, K. H. (1997). Self-efficacy and parenting quality: Findings and future applications. *Developmental Review*, 18, 47-85.

Coleman, P. K., & Karraker, K. H. (2000). Parenting Self-Efficacy Among Mothers of School-Age Children: Conceptualization, Measurement, and Correlates. *Family Relations*, 49(1), 13-24.

Coleman, P. K., & Karraker, K. H., (2003). Maternal self-efficacy beliefs, competence in parenting, and toddlers' behavior and developmental status. *Infant Mental Health Journal*, 24(2), 126-148.

Cooney, T. M., Hutchinson, M., K., & Leather, D. M. (1995). Surviving the Breakup? Predictors of Parent-Adult Child Relations after Parental Divorce. *Family Relations*, 44(2), 153-161.

Costa, M. E. (1994). Divórcio. In M. E. Costa (Ed.), *Divórcio, Monoparentalidade e Recasamento – Intervenções Psicológicas em transições familiares*. Porto: Edições Asa.

DeGarmo, D. S., & Forgatch, M. S. (1999). Contexts as Preditors of Changing Maternal Parenting Practices in Diverse Family Structures. In E. M. Hetherington (Ed.), *Coping with divorce, single parenting, and remarriage: a risk and resiliency perspective*. New Jersey: Lawrence Erlbaum.

Duran-Aydintug, C. (1998). Emotional Support During Separation: Its Sources and Determinants. *Journal of Divorce & Remarriage*, 29(3/4), 121-141.

Elder, G. H., Eccles, J. S., & Lord, S. (1995). Inner-City Parents Under Economic Pressure: Perspectives on the Strategies of Parenting. *Journal of Marriage and the Family*, 57(3), 771-784.

Emery, R. E., & Dillon, P. (1994). Conceptualizing the Divorce Process: Renegotiating Boundaries of Intimacy and Power in the Divorced Family System. *Family Relations*, 43(4), 374-379.

Erdwins, C. J., Buffardi, L. C., Casper, W., J., & O'Brien, A. S. (2001). The relationship of Women's Role Strain to Social Support, Role Satisfaction, and Self-Efficacy. *Family Relations*, 50, 230-238.

Fine, M. A., Ganong, H., & Demo, D. H. (2005). Divorce as a Family Stressor. In P. C. McKenry e S. J. Price (Eds.), *Families and change coping with stressful events and transitions* (3^aed.) California: Sage Publications.

Garvin, V., Kater, N., & Hansell, J. (1993). Divorced women: Individual differences in stressors, mediating factors, and adjustment outcomes. *American Journal of Orthopsychiatry*, 63(2), 232-240.

Gondoli, D. M., & Silverberg, S. B. (1997). Maternal emotional distress and diminished responsiveness: The mediating role of parenting efficacy and parental perspective taking. *Developmental Psychology*, 33(5), 861–868.

Hetherington, E. (1993). An Overview of the Virginia longitudinal study of divorce and remarriage with a focus on early adolescence. *Journal of Family Psychology*, 7(1), 39-53.

Hetherington, E. M. (2003). Social Support and the Adjustment of Children in Divorced and Remarried Families. *Childhood*, 10(2), 217-236.

Instituto Nacional de Estatística (2007). Estatísticas demográficas 2005. Lisboa: INE.

Instituto Nacional de Estatística (2008). Estatísticas demográficas 2007. Lisboa: INE.

Jones, T. L., & Prinz, R. J. (2005). Potential roles of parental self efficacy in parent and child adjustment: A review. *Clinical Psychology Review*, 25, 341–363.

Kitson, G. C., & Holmes, W. M. (1992a). What Do We Know about Divorce, and What Do We Still Need to Know?. In G. C. Kitson e W. M. Holmes, *Portrait of Divorce: adjustment to marital breakdown*. . New York: The Guilford Press.

Kitson, G. C., & Holmes, W. M. (1992b). Social Support in Divorce. In G. C. Kitson e W. M. Holmes (Ed.), *Portrait of Divorce: adjustment to marital breakdown*. New York : The Guilford Press.

Lahey, B., & Scoboria, A. (2005). The Relative Contribution of Trait and Social Influences to the Links Among Perceived Social Support, Affect, and Self-Esteem. *Journal of Personality*, 73(2), 361-388.

Lorenz, F. O., Simons, R. L., Conger, R. D., & Elder, G. H. (1997). Married and Recently Divorced Mothers' Stressful Events and Distress: Tracing Change Across Time. *Journal of Marriage and Family*, 59, 219-232.

Norris, F. H. & Kaniasty, K. (1996). Received and Perceived Social Support in Times of Stress: A Test of the Social Support Deterioration Deterrence Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(3), 498-511.

Pagani, L., Boulerice, B., Tremblay, R. E., & Vitaro, F. (1997). Behavioural Development in Children of Divorce and Remarriage. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 38(7), 769-781.

Raikes, H. A. & Thompson, R. A. (2005). Efficacy and social support as predictors of parenting stress among families in poverty. *Infant Mental Health Journal*, 26(3), 177-190.

Sarason, I. G., Sarason, B. R., & Pierce, G. R. (1990). Social Support: the search for theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9(1), 133-147.

Sarason, I. G., Sarason, B. R., & Pierce, G. R. (1994). Social Support: Global and relationship-based levels of analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11(2), 295-312.

Sarason, B. R., Sarason, I. G., & Gurung, R. A. R. (1997). Close personal relationships and health outcomes: A key to the role of social support. In S. W. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships: Theory, research and interventions*. UK: Wiley.

Silvanli-Ozen, D. (2005). Impacts of Divorce on the Behavior and Adjustment Problems, Parenting Styles, and Attachment Styles of Children: Literature Review Including Turkish Studies. *Journal of Divorce & Remarriage*, 42(3/4), 127-151.

Simons, R. L. & Johnson, C. (1996). The Impact of Marital and Social Network Support on Quality of Parenting. In G. R. Pierce, B. R. Sarason e I. G. Sarason (Ed.), *Handbook of Social Support and the Family*. Plenum Press: New York.

Simons, R. L., Lorenz, F. O., Wu, C., & Conger, R. D. (1993). Social Network and Marital Support as Mediators and Moderators of the Impact of Stress and Depression on Parental Behavior. *Developmental Psychology*, 29(2), 368-381.

Strohschein, L. (2007). Challenging the Presumption of Diminished Capacity to Parenting Practices? *Family Relations*, 56, 358-368.

Tein, J., Sandier, I. N., & Zautra, A. J. (2000). Stressful Life Events, Psychological Distress, Coping, and Parenting of Divorced Mothers: A Longitudinal Study. *Journal of Family Psychology*, 14(1), 27-41.

Teti, D. M., & Gelfand, D. M. (1991). Behavioral Competence ainong Mothers of Infants in the First Year: The Mediational Role of Maternal Self-Efficacy. *Child Development*, 62, 918-929.

Thoits, P. A, (1995). Stress, Coping, and Social Support Processes: Where Are We? What Next? *Journal of Health and Social Behavior*, 35, 53-79.

Thomson, E., McLanahan, S. S, & Curtin, R. B. (1992). Family Structure, Gender, and Parental Socialization. *Journal of Marriage and Family*, 54(2), 368-378.

Wills, T., & Shinar, O. (2000). Measuring Perceived and Received Social Support. In S. Cohen, L. Gordon, B. Gottlieb (Ed.). *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists*. New York: Oxford University Press.

Anexos

Características Demográficas

Idade: _____

Nível de escolaridade: _____

Salário líquido mensal: _____

Filhos

a) Número: _____

b) Idade: _____

c) Sexo: _____

Duração da separação conjugal: _____

Escala de Auto-eficácia Parental

Instruções

Para todas as afirmações descritas em baixo vai encontrar seis opções de resposta, que variam entre o 1 que corresponde ao concordo totalmente e o 6 que corresponde ao discordo totalmente.

Por favor responda a todas as alíneas o melhor que puder. Todas as suas respostas serão confidenciais.

Disponibilidade Emocional

1. Mesmo quando tenho um dia invulgarmente stressante, penso que o meu filho(a) sabe que estou disponível para as suas necessidades emocionais.

1	2	3	4	5	6
Concordo Totalmente			Discordo Totalmente		

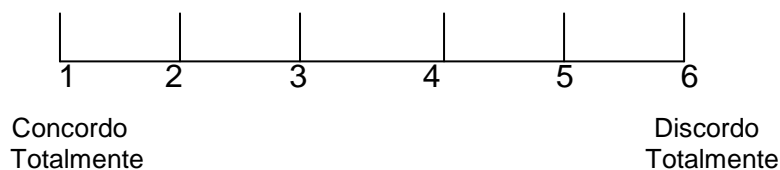
2. Acredito que conheço bem as necessidades do meu filho(a) e que ele se sente seguro e aceite.

1	2	3	4	5	6
Concordo Totalmente			Discordo Totalmente		

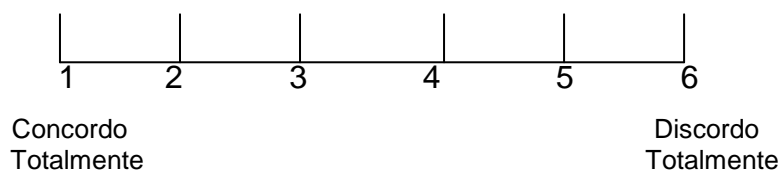
3. Quando o meu filho(a) precisa de mim, sou capaz de colocar de parte qualquer outra coisa para estar com ele(a).

1	2	3	4	5	6
Concordo Totalmente			Discordo Totalmente		

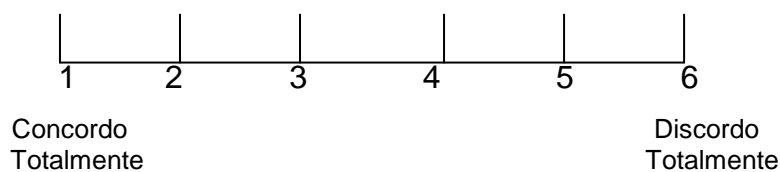
4. É difícil estar sempre disponível para oferecer o conforto que o meu filho(a) precisa para lidar com as frustrações e medos do dia-a-dia.



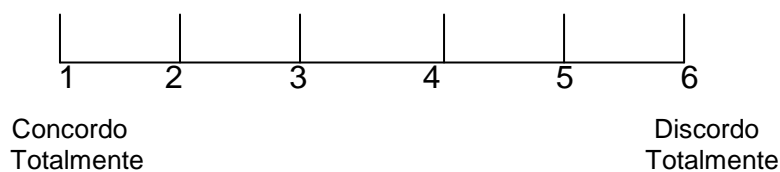
5. Oferecer conforto físico ao meu filho(a) é fácil para mim.



6. Normalmente estou disposta a parar o que estou a fazer e abraçar o meu filho(a) quando este parece precisar de afecto.

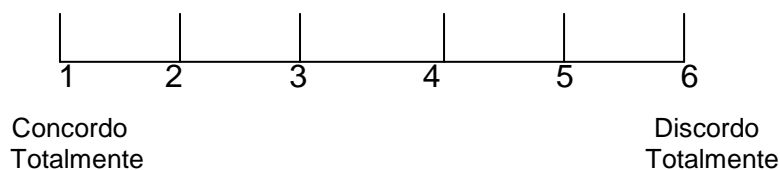


7. Normalmente estou demasiadamente ocupada com os meus problemas para conseguir acompanhar as alterações emocionais do meu filho(a).

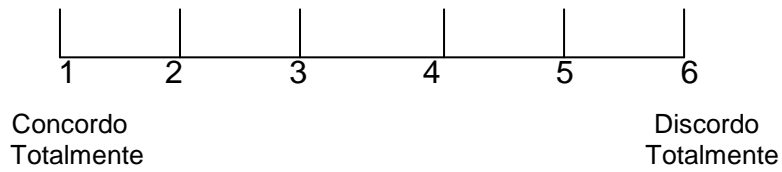


Responsividade Empática

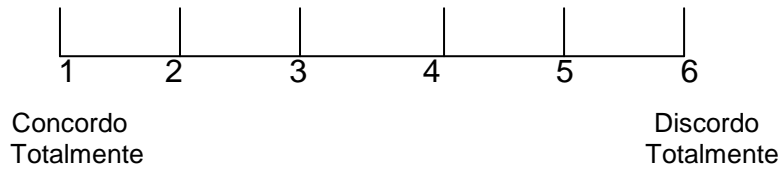
8. Sou capaz de perceber quando o meu filho(a) começa a ficar angustiado(a).



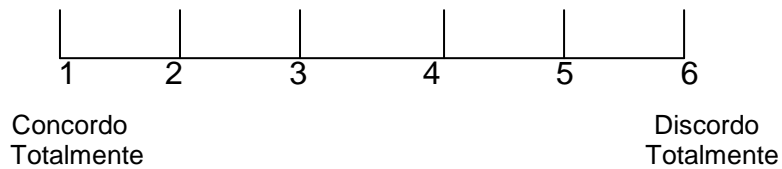
9. O meu filho(a) sabe que eu percebo quando os seus sentimentos estão feridos.



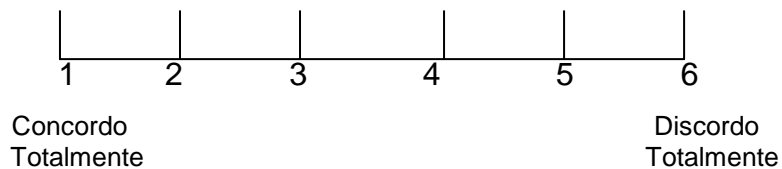
10. Penso que o meu filho(a) percebe, através do meu comportamento quanto o adoro.



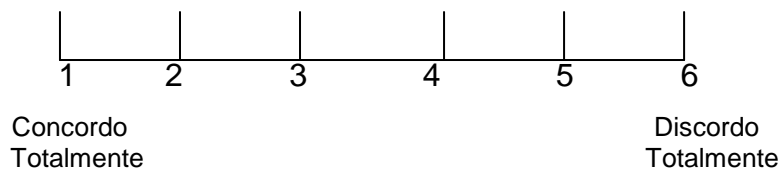
11. O meu filho(a) sente-se muito amado(a) por mim.



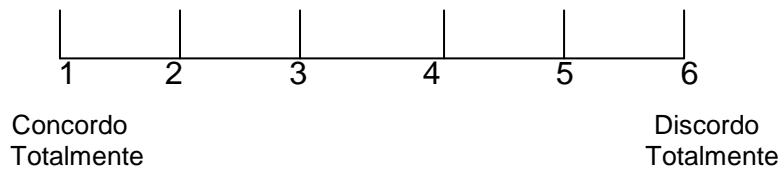
12. Penso que sou tolerante e compreensiva quando o meu filho(a) mostra emoções negativas.



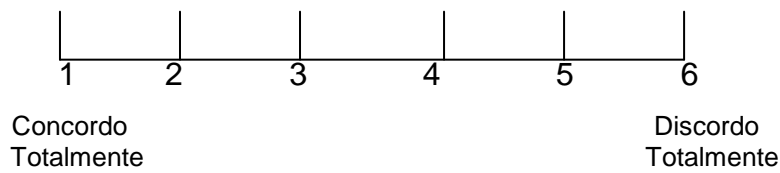
13. Fico muito angustiada quando o meu filho(a) não está de bom humor.



14. Definitivamente respondo aos meus deveres parentais quando isso implica oferecer apoio emocional ao meu filho(a).

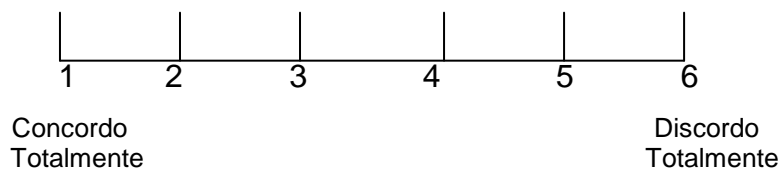


15. Quando o meu filho(a) tem um problema sabe que o(a) irei querer ajudar.

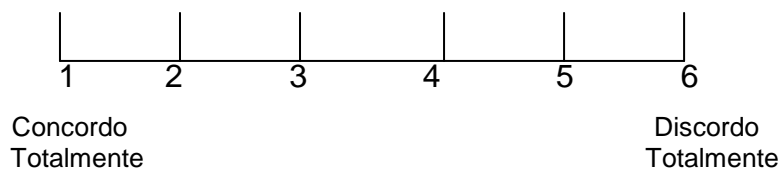


Protecção

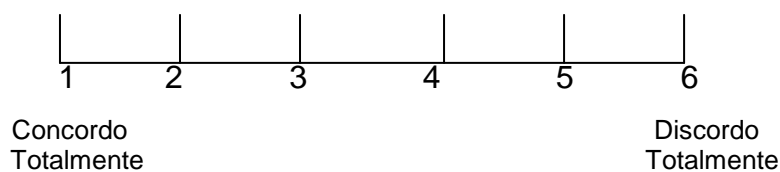
16. Oferecer um ambiente seguro e livre de perigos ao meu filho(a) é difícil para mim.



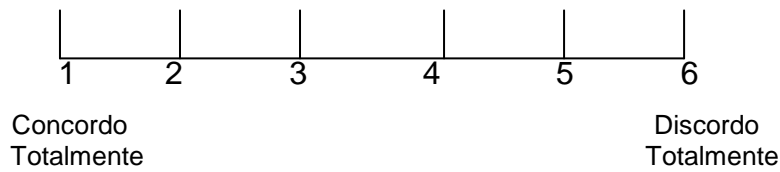
17. Sinto que reagiria bem se surgisse uma emergência em que o bem-estar físico do(a) meu filho(a) estivesse em perigo.



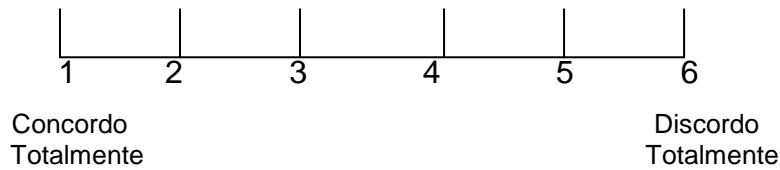
18. Quando deixo o meu filho(a) ao cuidado de outra pessoa, certifico-me de que essa pessoa será capaz de protegê-lo(a) para não se magoar.



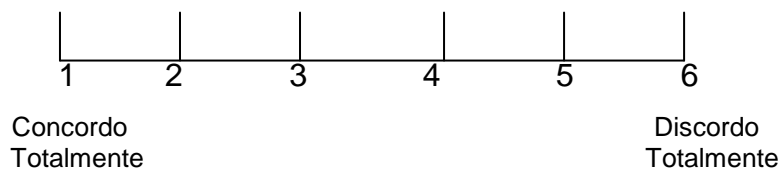
19. A disposição da minha casa está feita para evitar o maior número possível de acidentes com o meu filho(a).



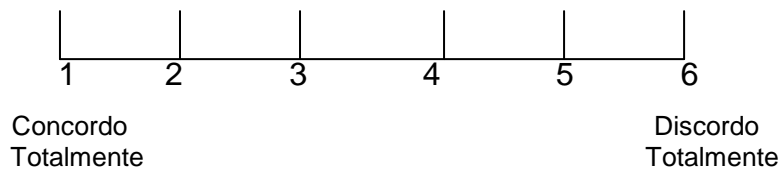
20. Sou muito boa a nunca deixar o meu filho(a) desacompanhado(a).



21. Certifico-me sempre que consigo ver o meu filho(a) de forma a garantir que se não se vai magoar.

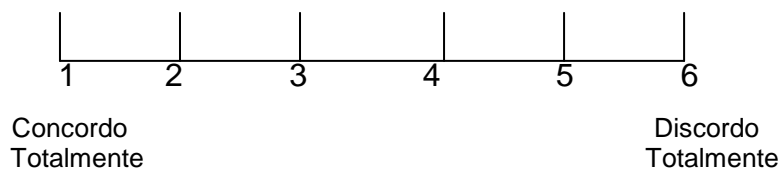


22. Tenho dificuldade em determinar o que é e o que não é seguro o meu filho(a) fazer.

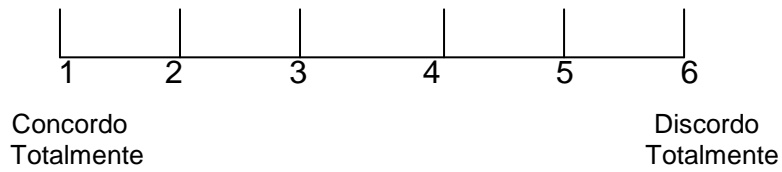


Disciplina/Estabelecimento de Limites

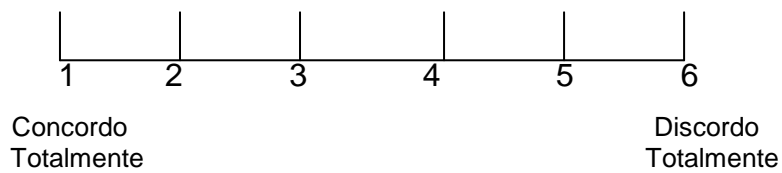
23. Disciplinar o meu filho(a) não parece ser tão natural para mim como outras tarefas parentais.



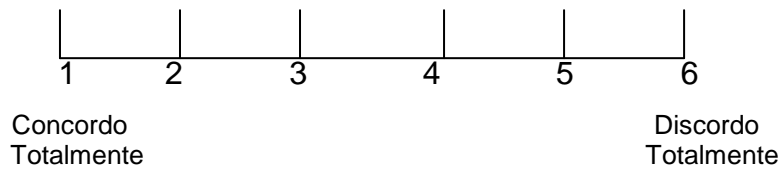
24. Tenho dificuldade em fazer com que o meu filho(a) me ouça.



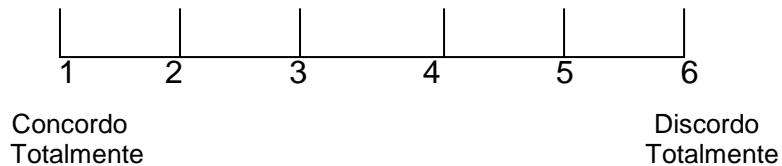
25. Outros pais parecem conseguir estabelecer melhor limites aos seus filho(a)s do que eu ao meu.



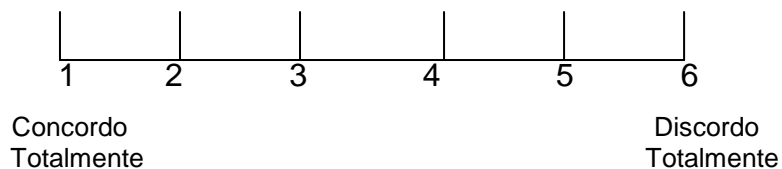
26. Estabelecer limites ao meu filho(a) é relativamente fácil para mim.



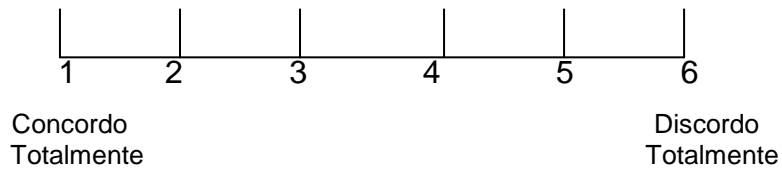
27. Quando o meu filho(a) testa os limites que estabeleci, fico bastante desencorajada.



28. Dizer “não” ao meu filho(a) quando o problema não é a segurança é difícil para mim.

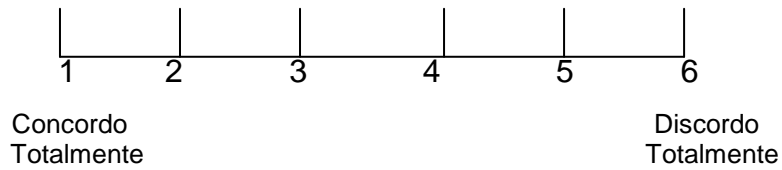


29. Dou liberdade suficiente ao meu filho(a) para que explore activamente o ambiente.

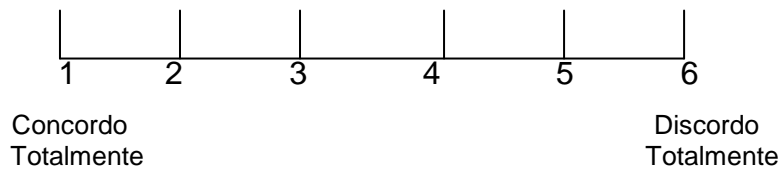


Brincar

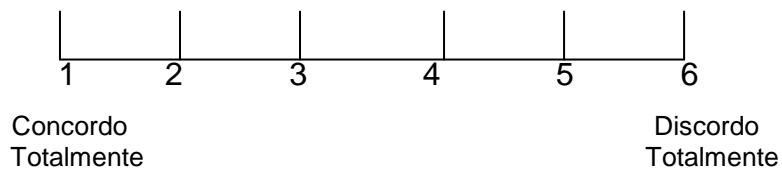
30. Consigo sempre pensar em alguma coisa para brincar com o meu filho(a).



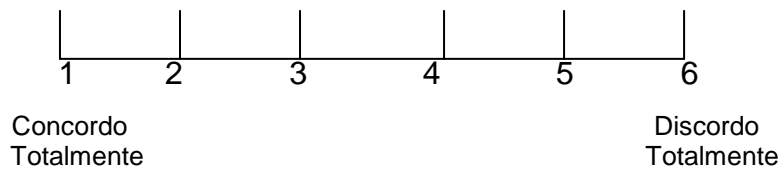
31. Acho difícil desprender-me e simplesmente brincar com o meu filho(a).



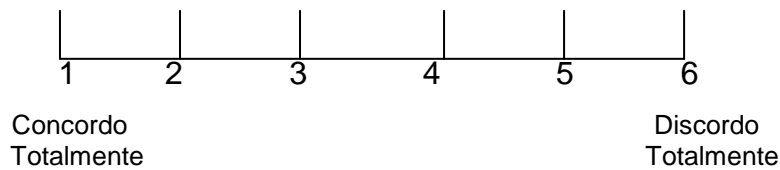
32. Sou uma parceira divertida nas brincadeiras com o meu filho(a).



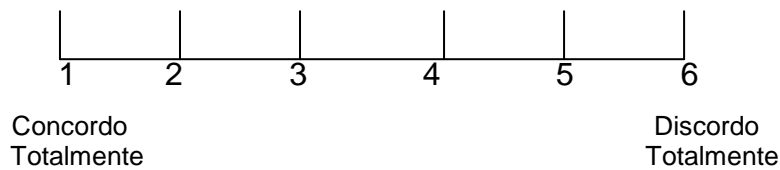
33. Sou capaz de me envolver activamente nas brincadeiras com o meu filho(a).



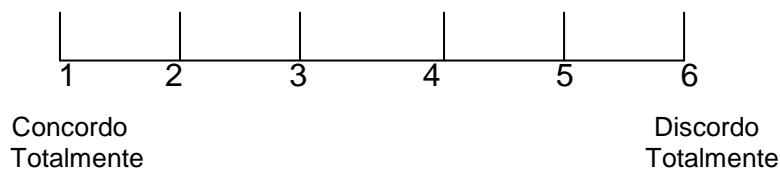
34. Brincar é uma parte do relacionamento com o meu filho(a) em que tenho uma ligeira dificuldade.



35. Preciso aprender como me conseguir divertir com o meu filho(a).

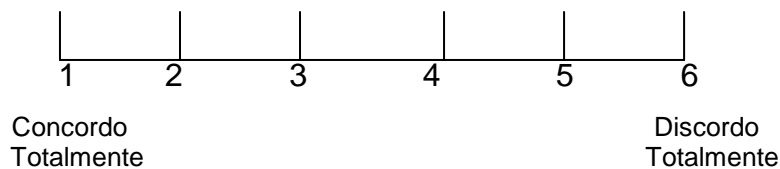


36. Penso que estou o tempo necessário a brincar com o meu filho(a).

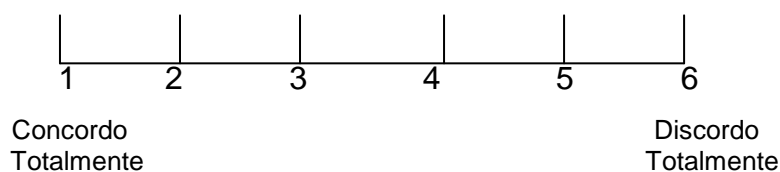


Ensinar

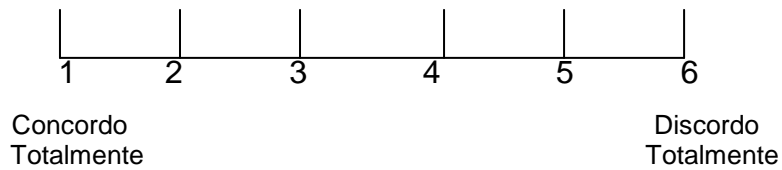
37. Acredito que o meu filho(a) aprende muito através dos meus esforços em lhe mostrar coisas.



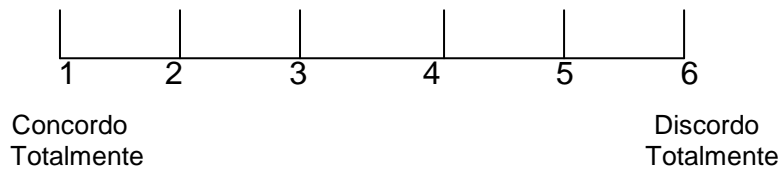
38. Acompanhar o meu filho(a) na aprendizagem da fala e da compreensão de palavras é uma parte da acção parental que deixo para outras pessoas.



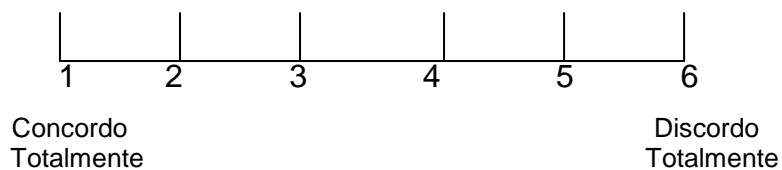
39. Sentar-me regularmente com o meu filho(a) a ler ou a realizar uma outra actividade não é difícil para mim.



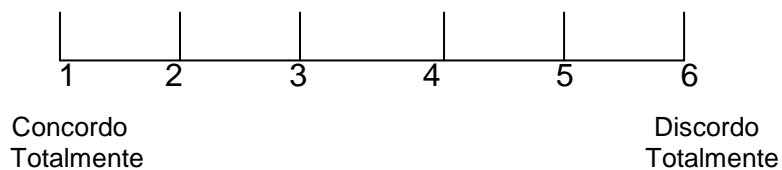
40. Provavelmente não sou assim tão extraordinária a ensinar o meu filho(a) coisas sobre o mundo.



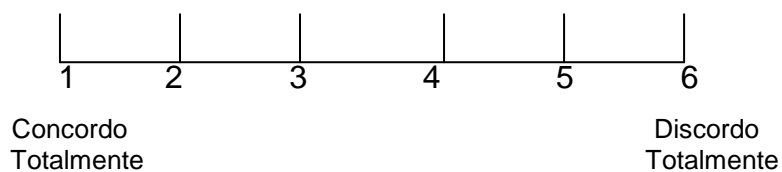
41. Tenho alguma dificuldade em perceber qual o melhor nível de instrução quando tento ensinar alguma coisa ao meu filho(a).



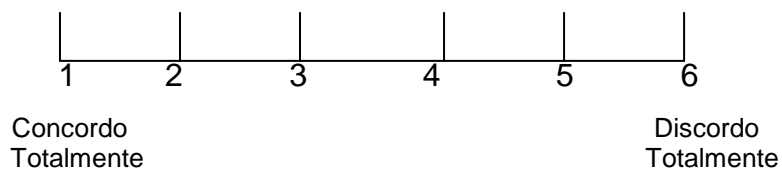
42. Ensinar ao meu filho(a) as cores e nomes de objectos não é dos meus pontos mais fortes.



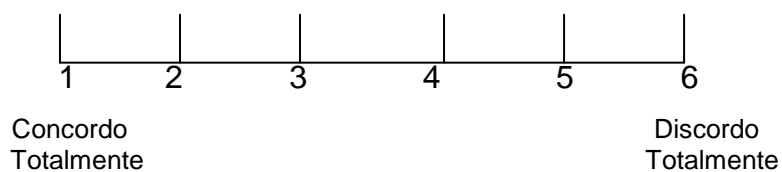
43. O meu filho(a) aprende mais através de mim do que qualquer outra pessoa da vida dele(a).



44. Encontro facilmente oportunidades de explicar coisas sobre o mundo durante as interações diárias com o meu filho(a).

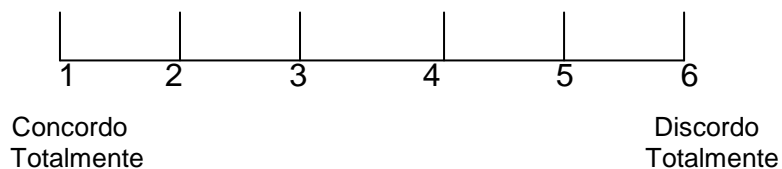


45. Embora goste de ensinar ao meu filho(a) coisas sobre o que os rodeias, esta não é uma área da acção parental em que me sinto muito preparada.

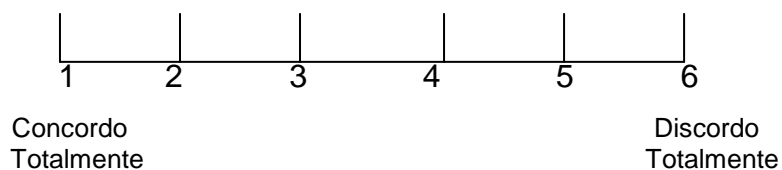


Cuidados práticos

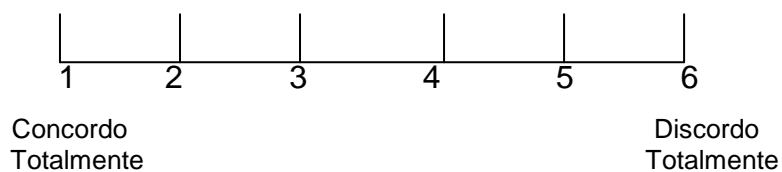
46. Tenho sido capaz de estabelecer uma rotina diária com o meu filho(a) que é confortável para os dois.



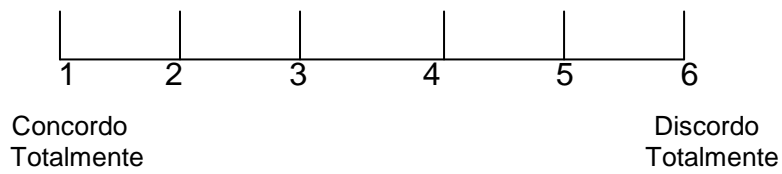
47. Sou capaz de oferecer ao meu filho(a) uma boa organização diária.



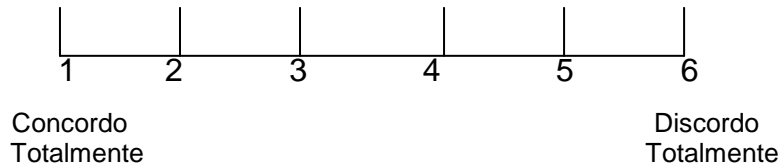
48. Tenho conseguido, com regularidade fazer com que o meu filho(a) coma.



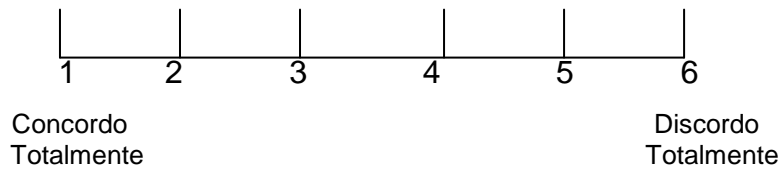
49. Sinto que não tenho controlo sobre os hábitos de dormir do meu filho(a).



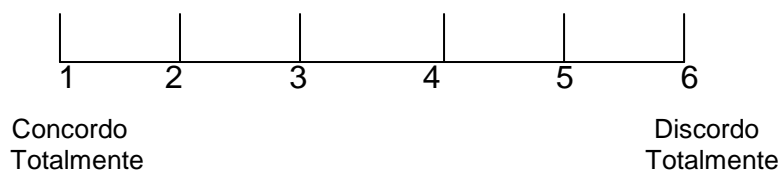
50. Não sou muito capaz de fazer com que o meu filho(a) cumpra as suas tarefas diárias.



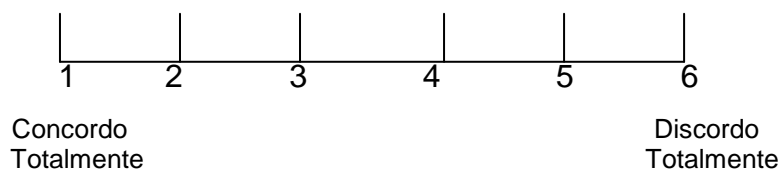
51. Embora tenha tentado fazer com que o meu filho(a) coma bem, os meus esforços têm tido pouco sucesso.



52. Não tenho conseguido estabelecer uma rotina diária de hora de dormir com o meu filho(a).



53. Tenho treinado uma rotina matinal diária com o meu filho(a).



Escala de Apoio Social Parental

Instruções

As afirmações descritas em baixo são seguidas de quatro grupos familiares, cada um com quatro números. Marque, por favor um círculo à volta do número que melhor qualifica a sua forma de pensar.

- 1 – Concordo totalmente
- 2 – Concordo
- 3 – Discordo
- 4 – Discordo totalmente

Por favor responda a todas as alíneas o melhor que puder. Todas as suas respostas serão confidenciais.

Apoio instrumental

	Familiares	Familiares do ex-cônjuge	Amigos	Ex-cônjuge
1. Se precisar vai/vão buscar o meu filho à escola.	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
2. Quando preciso fica/ficam a cuidar do meu filho.	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
3. Quando preciso tenho ajuda nas tarefas parentais diárias, o que as torna mais fáceis.	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
4. Quando preciso de algum dinheiro emprestam-me.	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
5. Se ficar doente, sei que cuida/cuidam do meu filho.	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4

Apoio informativo

	Familiares	Familiares do ex-cônjuge	Amigos	Ex-cônjuge
1. Quando preciso ajuda-me/ajudam-me a resolver os problemas parentais.	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4

2. Recebo boas ideias sobre as práticas parentais/parentalidade.	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
3. Recebo bons conselhos em relação ao estabelecimento de limites ao meu filho.	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
4. Sabe/sabem muito sobre problemas parentais.	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
5. Recebo boas ideias sobre actividades para o meu filho e eu sigo essas ideias.	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
6. Recebo dicas úteis sobre a forma como deveria lidar com os caprichos dos meus filhos.	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4

Apoio Emocional

	Familiares	Familiares do ex-cônjuge	Amigos	Ex-cônjuge
1. Diz-me/dizem-me que faço um bom trabalho como mãe.	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
2. Recebo frequentemente críticas em relação às minhas práticas parentais.	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
3. Expressa/expressam confiança em mim como mãe.	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
4. Sinto-me confortável a confidenciar os problemas parentais que tenho.	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4
5. Posso partilhar as minhas preocupações em relação às minhas práticas parentais sem que seja julgada.	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4	1 2 3 4